

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 11 (2009)
Heft: 5

Artikel: Offerta ben sfruttata
Autor: Schwendimann, Martin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001261>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Offerta ben sfruttata

Costruire una palestra e occuparsi della manutenzione è un grande investimento. Le società sportive sono grate ai comuni quando possono usufruire di impianti sportivi scolastici a basso costo o addirittura gratuitamente. In questo modo i comuni offrono un importante sostegno allo sport societario. Alcuni suggerimenti su come sfruttare al meglio un'offerta limitata.

Martin Schwendimann, Max Stierlin

In molti casi, gli impianti sportivi costosi rimangono vuoti e inutilizzati al di fuori delle ore scolastiche. Nei fine settimana, le palestre non dovrebbero essere sfruttate unicamente per tornei, gare o corsi di perfezionamento. Anche i bambini sarebbero felicissimi di un'apertura domenica. Durante le vacanze scolastiche, le società e le federazioni potrebbero utilizzare queste strutture per gli allenamenti, le attività svolte in seno all'azione «passaporto vacanze», dei campi sportivi, la formazione degli allenatori, ecc. E le grandi pulizie non dovrebbero ostacolare tutte queste attività ed essere svolte in due settimane.

In molti comuni le palestre appartengono a diversi enti, per esempio al comune, alla regione o addirittura al cantone. Inoltre in diverse località quelle di proprietà dell'esercito, di istituti infantili o di collegi potrebbero essere messe a disposizione per le attività serali dei club locali. Per poter garantire uno sfruttamento ideale, sarebbe bene anche che un unico organo si occupasse di coordinare l'occupazione della palestra a partire dalle ore 17.00 e durante i fine settimana.

Analizzare il fabbisogno reale

In molti posti, lo sfruttamento delle palestre da parte di vari attori merita un attento esame. Per esempio ci si potrebbe chiedere se tali strutture siano davvero l'unico luogo ideale per proporre dei corsi mamma-bambino, oppure se i locali dell'asilo, un'aula scolastica o la sala comunale non siano spazi altrettanto adatti. Soluzioni simili sono già state adottate e si rivelano molto valide. E perché ogni piccolo gruppo deve appropriarsi di un'intera palestra? Con un po' di buona volontà e d'intesa con i vari responsabili si potrebbe regolare tutto ciò diversamente. Basterebbe assegnare ad un gruppo l'altra metà della palestra oppure il campo di terra battuta davanti all'edificio. Inoltre, i monitori ridurrebbero notevolmente il tempo destinato alla preparazione degli allenamenti se optassero per delle parti in comune, per esempio dei giochi, degli esercizi a postazioni o dei percorsi.

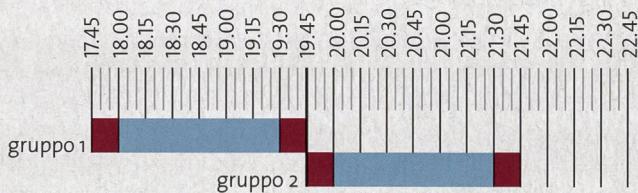
Capacità d'adattamento e diplomazia

L'occupazione degli spazi per degli allenamenti di gruppo deve essere controllata regolarmente. Nei regolamenti di utilizzazione vanno inserite le cifre minime, ciò significa che non bisognerebbe mai ritrovarsi con sei giocatori che occupano una palestra intera, mentre altri 30 aspettano di entrare o addirittura devono spostarsi nel comune limitrofo per poter svolgere la loro attività sportiva.

In numerosi comuni, la carenza di spazio ha spinto a negoziare i tempi di occupazione. Una pianificazione in tal senso presuppone tuttavia una considerevole capacità di adattamento e una certa abi-

Due lezioni per sera

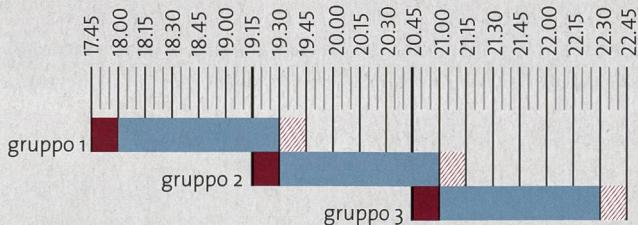
Il tabellone degli orari per l'occupazione delle palestre può essere presentato in questo modo:



Negli orari indicati è inclusa l'utilizzazione degli spogliatoi e delle docce. Alle ore 22.00 la palestra e i posteggi devono essere vuoti.

Tre lezioni di 90 minuti. Cambiarsi/doccia prima e dopo la lezione

Perché la palestra rimane vuota mentre ci si cambia e si è sotto la doccia? In questo periodo di tempo un altro gruppo potrebbe utilizzarla per allenarsi. L'allenamento dura 90 minuti.



L'occupazione susseguiva degli spogliatoi necessita misure di accompagnamento, per esempio delle cassette di sicurezza per gli oggetti di valore, e una pianificazione consensuale dei gruppi interessati.

■ Spogliatoi
(cambiarsi)

■ Riscaldamento

■ Spogliatoi
(fare la doccia)

■ Defaticamento

■ Palestra

lità diplomatica. La situazione può essere migliorata assegnando la palestra soltanto per la/le ora(e) in cui la si «necessita» realmente. Di seguito alcuni modelli in uso.

Vantaggi per tutti

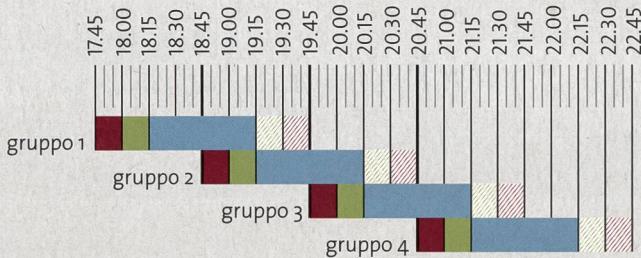
In diversi comuni il numero di gruppi sportivi attivi è in crescita. Ultimamente, inoltre, anche i corsi annuali di G+S Kids si tengono in palestra. Una novità positiva, di per sé. Ciò malgrado, senza la disponibilità di tutte le società a intavolare continuamente nuove discussioni, a collaborare e all'occorrenza anche a adattare gli orari di allenamento, molti gruppi sportivi rimarrebbero letteralmente fuori dalla porta. Potrebbe essere molto utile quindi attribuire ogni sera la palestra ad una sola società, dato che fra buoni amici è più facile accordarsi e trovare delle soluzioni adatte a tutti. Le singole società potrebbero inoltre fissare degli orari di allenamento flessibili per i loro gruppi. Per migliorare l'occupazione basterebbe quindi una migliore coordinazione fra le società e gli uffici comunali preposti. Solo così gli impianti sportivi costosi potranno essere accessibili al maggior numero di gruppi e squadre. E questo, nell'interesse di tutti.

Coinvolgere le persone responsabili

Non bisogna dimenticare di coinvolgere le persone interessate sul posto. I custodi delle palestre sono responsabili della manutenzione, dell'ordine e della pulizia. Coinvolgendoli per tempo nei cambiamenti auspicati dimostreranno una maggiore disponibilità ad accettare le novità. Perché per loro i cambiamenti e l'occupazione intensiva delle palestre spesso è sinonimo di lavoro e grattacapi supplementari. È una fortuna dunque che molti di questi custodi siano pronti a dare una mano alle società sportive. Ma il sovraccarico richiede pure la collaborazione fra le varie società, perché non si può soltanto esigere, ma anche trovare delle soluzioni in sintonia con i bisogni di tutti. È dunque indispensabile che i club sportivi forniscano un aiuto e un sostegno maggiori. Ciò che peraltro avviene già in molti luoghi, dove alcuni membri di società si calano nei panni di custodi la sera e durante il weekend e eseguono i controlli finali (acqua, riscaldamento, finestre), la chiusura e vegliano a che la consegna e la riconsegna della palestra avvenga secondo le regole pattuite. Inoltre s'incaricano di segnalare gli eventuali danni da riparare.

Quattro lezioni di 90 minuti. Spogliatoio e docce usati parallelamente

Non si potrebbe svolgere la messa in moto e lo stretching finale anche in locali annessi, per esempio sulle scale, nel corridoio, nella sala fitness, ecc.? In questo modo la palestra è utilizzata solo quando è realmente necessario (altezza del locale, installazioni, dimensione dei campi).



L'occupazione susseguiva degli spogliatoi necessita misure di accompagnamento, per esempio delle cassette di sicurezza per gli oggetti di valore, e una pianificazione consensuale dei gruppi interessati.

Consiglio:

Variante relativa all'utilizzo degli spogliatoi: nello spogliatoio ci si cambia, si fa la doccia dopo l'attività sportiva e ci si riveste. Ma perché per tutta la durata dell'allenamento questo locale rimane occupato solo da vestiti?

L'esempio di Berna Weissenstein mostra un'alternativa. Negli spogliatoi non ci sono appendiabiti; gli utilizzatori della palestra mettono i vestiti nella loro borsa che poi ripongono in un cassone trasferibile, il quale viene poi spinto nel corridoio sino ad una nicchia prevista allo scopo. Mentre questo gruppo svolge la propria attività sportiva, un'altra squadra sfrutta lo spogliatoio per il proprio allenamento. E alla fine, il cassone è riportato nello spogliatoio per permettere agli atleti di farsi la doccia e di rivestirsi.

Un cassone fisso nell'edificio in cui si trovano gli spogliatoi comporterebbe gli stessi vantaggi. Uno spogliatoio multifunzionale permette infatti di ridurre il numero di questi locali e di garantire una certa compattezza.

Curare i contatti

In molti posti, è un membro del comitato direttivo che cura i contatti con i responsabili della gestione. Occorre che i custodi delle società seguano un corso introduttivo e redigano regolarmente un resoconto. Per ridurre i costi elevati di manutenzione molti comuni hanno concordato con gli utilizzatori delle palestre di farli partecipare alle pulizie, invitandoli a lavare il pavimento al termine degli allenamenti.

Lavorando fianco a fianco possono nascere degli attriti, ma i problemi si risolvono in fretta quando ci si conosce personalmente. Se si organizzano per esempio dei tornei, delle cene o delle uscite sugli sci la collaborazione fra i monitori dei vari gruppi che frequentano la palestra si amplia e migliora. ■

Martin Schwendimann è responsabile della sezione Impianti sportivi all'Ufficio federale dello sport UFSPO.

Contatto: sportanlagen@baspo.admin.ch